

TOAMNA

(Urmare din pag. 197)

de roadele toamnei. 8) Ca fulgul (pl.). Răzuitor. 9) Floricica Radu. Carei. Cu rod bogat. 10) Domoală. Regiune întinsă cultivată cu vii. 11) A pregăti pămîntul pentru semănăturile de toamnă. Sat și comună în județul Olt. Localitate în R.F.G. 12) Nedelcu Viorel. Arcuit. Picături de atropină ! 13) Localitate în Olanda. Fire de bumbac vopsite în culori diferite, utilizate la cusutul înfloriturilor din portul nostru național. Nene ! 14) Își oferă bogăția de roade în prag de toamnă. Țară mediteraneană.
DICȚIONAR : ATIS, RAZ, TIA, OER, ATRO, EIS.

nitoare și mai igienice decît cele din carne. Dovlecelul constituie o sursă bogată de vitamina D. Folosit drept hrană vara, cînd copiii stau mult la soare, ajută în perioada de creștere, la fixarea calciului.

Trebuie să-i învățăm pe copii să consume multe legume drept garnitură la orice mîncare. Morcovii, țelina, cartofii, fasolea verde, mazărea se pot servi în completare la orice fel de masă. Pe cît posibil trebuie înlăturat excesul de făinoase. De aceea medicina modernă recomandă consumul de pîine integrală și neagră, precum și conconsumul de mămăligă.

Copiilor le plac dulciurile. Așa sînt obișnuiți de mici și nu este bine. Excesul consumului de zahăr din copilărie și adolescență favorizează mai tîrziu apariția unor grave boli. De aceea recomandăm prietenilor noștri mici să-și satisfacă nevoia de dulciuri mîncînd miere de albine, consumînd fructe. Și cînd este vorba de prăjituri, subliniez că nimic nu este mai gustos și mai sănătos decît o plăcintă cu brînză de vaci sau cu fructe.

Iarna, varza murată, pepenii murați, merele murate, murăturile oferă împreună cu gutuile o hrană bogată în vitamine.

Natura ne oferă și medicamente. Să dăm numai un singur exemplu. Uneori, în perioada tezelor, copiii resimt o anumită oboseală, au ușoare dureri de cap. În loc de antinevralgice sau vitamine de la farmacie, le recomand un medicament natural foarte plăcut și ușor de fabricat. Se amestecă un litru de ceai de plante cu 1/2 kg de miere și două lămîi (lămîile bine spălate, trecute cu coajă cu tot prin mașina de tocat). Se păstrează la rece și se bea o ceșcuță, în fiecare dimineață, înainte cu o oră de micul dejun.

În prezent se produc la noi cîteva medicamente întăritoare foarte bune, pe bază de plante și produse apicole. Ele pot înlocui medicamentele produse pe cale chimică. Un tonic bun pentru întărirea țesutului muscular, pentru întărirea oaselor se poate obține fierbînd, în părți egale, fîn cosit, frunze de nuc și frunze de salcie. Cu infuzia astfel obținută, copiii pot face o baie de două ori pe săptămînă.

La 13—14 ani, atît la fete cît și la băieți apare acneea — mici coșuri extrem de neplăcute. Farmacia naturii vă oferă un leac simplu și eficient : mușețelul și patlagina. Se pregătește o infuzie din două părți egale din aceste plante. (Infuzie : se toarnă apa fiartă peste aceste plante, atît cît să le acopere. Se lasă 15 minute.) Pasta obținută din această infuzie se întinde pe față și se lasă o jumătate de oră. Se înlătură apoi ușor fără a se spăla, lăsîndu-se esența plantei să intre în piele.

ANECDOTE

Invățătorul întreabă pe un elev din clasa întîia.
— Cît face cinci și cu unul ?
Elevul tace, nu răspunde.
— Atunci am să-ți dau un exemplu. Mai întîi am să-ți dau cinci iepuri și apoi încă unul. Cîți iepuri ai să ai împreună ?
— Șapte, fiindcă mai am acasă unul.

*

— Ionel, îți plac basmele ?
— Nu-mi plac, dar trebuie să le ascult, cînd mama vrea ca musafirul să plece mai repede.

*

Mama își întreabă fiul de patru ani :
— Ionel, ai băut laptele ?
— Da, uită-te, am și acum limba udă.

*

— Mamă, mamă !
— De cîte ori ți-am spus, că un copil nu vorbește decît atunci cînd este întrebat.
— Mamă, te rog înțelege-mă, laptele în bucătărie dă în foc.





— Tată, de ce cocoșii cîntă atît de dimineață ? — întreabă micul Petrică.
— Ca să fie treaz înainte de a se scula găinile.

*

Micul Gheorghe s-a dus prima dată la școală. A doua zi mama îl trezește :
— Gheorghieș, scoală, trebuie să te duci la școală.
— Cum ? Și astăzi ? — întreabă Gheorghieș.

*

— Manole, ce-i mamutul ? întreabă învățătorul.
— Mamutul este elefantul de dinainte de război.

*

Gică se așază la masă cu mîinile murdare. Tata îl întreabă :
— Ce ai spune tu, dacă m-ai vedea că m-am așezat la masă cu mîinile murdare ?
— M-aș face că nu văd nimic.

*

— Ionel, ai căpătat astăzi vreun zece?
— Da, tată, dar împărțit în două.

T. HOLBAN

ALMANAH **Cutezătorii** 1982

EDITAT DE REDACȚIA REVISTELOR „CUTEZĂTORII", „JÓBARÁT", „START SPRE VIITOR"

Tiparul: Combinatul poligrafic „Casa Scînteii"

BIBLIOTECA „ASTRA"
SIBIU

ORAR



ORA	LUNI	MARȚI	MIERCURI	JOI	VINERI	SÎMBĂTĂ
ACTIVITĂȚI PIONIEREȘTI						

Cutezătorii

ÎN FIECARE JOI
Cutezătorii

ÎN FIECARE JOI
Cutezătorii

ÎN FIECARE JOI
Cutezătorii

ÎN FIECARE JOI
Cutezătorii

CALENDAR * 1982

IANUARIE					
L		4	11	18	25
M		5	12	19	26
M		6	13	20	27
J		7	14	21	28
V	1	8	15	22	29
S	2	9	16	23	30
D	3	10	17	24	31

FEBRUARIE				
L	1	8	15	22
M	2	9	16	23
M	3	10	17	24
J	4	11	18	25
V	5	12	19	26
S	6	13	20	27
D	7	14	21	28

MARTIE					
L	1	8	15	22	29
M	2	9	16	23	30
M	3	10	17	24	31
J	4	11	18	25	
V	5	12	19	26	
S	6	13	20	27	
D	7	14	21	28	

APRILIE					
L		5	12	19	26
M		6	13	20	27
M		7	14	21	28
J	1	8	15	22	29
V	2	9	16	23	30
S	3	10	17	24	
D	4	11	18	25	

MAI					
L		3	10	17	24	31
M		4	11	18	25	
M		5	12	19	26	
J		6	13	20	27	
V		7	14	21	28	
S	1	8	15	22	29	
D	2	9	16	23	30	

IUNIE					
L		7	14	21	28
M	1	8	15	22	29
M	2	9	16	23	30
J	3	10	17	24	
V	4	11	18	25	
S	5	12	19	26	
D	6	13	20	27	

IULIE					
L		5	12	19	26
M		6	13	20	27
M		7	14	21	28
J	1	8	15	22	29
V	2	9	16	23	30
S	3	10	17	24	31
D	4	11	18	25	

AUGUST						
L		2	9	16	23	30
M		3	10	17	24	31
M		4	11	18	25	
J		5	12	19	26	
V		6	13	20	27	
S		7	14	21	28	
D	1	8	15	22	29	

SEPTEMBRIE					
L		6	13	20	27
M		7	14	21	28
M	1	8	15	22	29
J	2	9	16	23	30
V	3	10	17	24	
S	4	11	18	25	
D	5	12	19	26	

OCTOMBRIE					
L		4	11	18	25
M		5	12	19	26
M		6	13	20	27
J		7	14	21	28
V	1	8	15	22	29
S	2	9	16	23	30
D	3	10	17	24	31

NOIEMBRIE					
L	1	8	15	22	29
M	2	9	16	23	30
M	3	10	17	24	
J	4	11	18	25	
V	5	12	19	26	
S	6	13	20	27	
D	7	14	21	28	

DECEMBRIE					
L		6	13	20	27
M		7	14	21	28
M	1	8	15	22	29
J	2	9	16	23	30
V	3	10	17	24	31
S	4	11	18	25	
D	5	12	19	26	

Lei 18